

# 2023年珍惜时间的演讲 珍惜时间的演讲稿 (优质9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 珍惜时间的演讲篇一

大家早上好！我是xx级9班的xx，今天演讲的题目是《珍惜时间》。

不知不觉中，开学以来的许多日日夜夜都从我们的指缝中溜走了。古人云：光阴似箭，一去不复返。同学们，我们正处于学习知识的黄金时代。如果放松思想要求，让‘生活’有更多的休息和娱乐，过去的时光一去不复返。所谓‘时间就是金钱’，‘时间就是生命’才是真理。

再过十天，初三的师兄师姐们即将迎来人生的第一个重大转折。三年来，他们一路风雨霜，不畏寒暑。对我们来说，初中三年并不意味着成堆的练习或没完没了的考试，而是成长、精神体验、努力和执着追求的标志，也是一段值得永久珍藏的心路历程。

我们所想、所写、所听、所做的都是时间的印记。时间太宝贵，没有一个开拓辉煌未来的想法诞生在对明天的期待中，没有一个伟大的发明源于对以往成就的留恋。在短短的24小时里，我们诠释的是青春的辉煌，我们绽放的是生命的辉煌。一万年太长了，我们要抓住每一分钟。抓住这一天，不是漫无目的，低头有勇无谋，也不是放弃一切，盲目前进。我们需要回忆过去的失败作为警示，回忆一点点幸福作为安慰，

规划我们的明天来鼓励自己；我们要加强回顾和展望的步伐，把握时间的脉搏，抓住今天的机遇，在结束的时候全力以赴。

专注让时间飞逝。我们可以有很多目标和理想，但是初中只有一个人生。窗户永远是努力学习的身影。当你心无旁骛地做完各种练习，坚定地迈向下一个目标时，让乌云滚出窗外，四季更替。这种专注，这种坚持，会是你生命中一段美好的回忆。

梦想是一条漫长而崎岖的道路，需要我们不断摸索前进。每一个小目标都是旅途中的一个标志，每一个小成功都是我们的一小步。“千里之行，始于足下；没有积累的脚步，没有距离”，梦想就在前方，不增不减，所有的努力都会凝聚成一片时间，作为未来的礼物，让你享受一生。

朱自清曾在《匆匆》写道：洗手的时候，日子从盆里过去；吃饭的时候，日子从饭碗里过去；当你沉默的时候，你就从你眼前经过。我注意到他很着急，伸手去捂胳膊的时候，胳膊从他握着的手旁边经过。我们知道时间很匆忙，但每个人对它的态度不同，它的反馈也不同。有些人收获成功的果实，有些人一生碌碌无为。我们要有足够的勇气去战胜一切困难和挑战，写出今天和现在生活中最耀眼的一笔！用我们的勤奋和努力诠释无悔的青春。

同学们，珍惜时间，努力吧！努力学习一定会给你带来成功！

我的演讲结束了，谢谢！

## 珍惜时间的演讲篇二

大家好！

“滴答！滴答！”我坚信，全世界所有的人都知道这是闹钟转动所发出的声音，可全世界又有多少人知道这是“时间老

人”对我们发出的警告，是“时间老人”在煞费苦心的告诉我们应该珍惜时间。人这一生，没有多少个滴答声；没有多少个24小时；没有多少个十年。所以，一定要珍惜眼前的一切。

上课的四十分钟，虽没有早晨那么重要，可也值得人珍惜，因为如果你想要一个好成绩来报答父母的话，必须好好把握这来之不易的四十分钟。

下课的十分钟，想必是大家最喜欢的了。这十分钟，看似是在玩闹，实际上，他是在帮你把你紧张的大脑放松，可以更好更快的吸收上课时所得到的精华。

人的这一生，真的如小沈阳所说“眼睛一闭一睁，一天就过去了，眼睛一闭不睁，一辈子就过去了。”我是多么的希望所有同学都好好珍惜时间，认真学习。

时间老人是公平的，时间的快慢掌握在自己手中，而真正懂得这其中韵味的，只有会惜时的人。

我的演讲完了，谢谢大家！

## 珍惜时间的演讲篇三

大家好！

我所演讲的主题是《珍惜时间》。

君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回。君不见高堂明镜悲白发，朝如青丝暮如雪。诗人的高歌，伟人的教诲，哲人的感慨……时间，曾有多少文人墨客为它赞美，为它歌颂！有人把时间比作金钱，为了言极它的珍贵，却无法突出它的价值！或许有人反驳：人一生劳碌，无非就是为了金钱，从而得以生存，是在以时间换取金钱为代价的。

可是人生在世，难道就只为了生存吗？还在于活得幸福，活得鲜明！金钱失去，可以由时间换回，然而，却从来没有人能用金钱买到时间。有人把时间比作智慧，为了说明它是用金钱买不来的，还需经过努力，拼搏、思索、创造……但，即便费了这番心思，仍旧无能由魔掌中夺回时间！它太渺茫了，无影无形，漫天飘摇，可世间一切物质却又无一不是在它的控制下生存。两千多年前的孔子站在波涛滚滚的黄河岸边，望着眼前奔流不止的滔滔江水，不禁发出感叹：“逝者如斯夫，不舍昼夜。”孔子的这句话至今仍然启迪着我们，让我们知道了时间的珍贵性。

现在，作为学生的我们，更应该珍惜时间，时间对我们来说是如此宝贵，只有把握好时间我们才能更好的学习知识。

鲁迅曾经说过：“浪费时间就等于慢性自杀。”是啊！在你浪费时间的同时，你的生命就在不停的消耗。我们虽然不能组织生命的消逝，但是我们可以好好利用每一分每一秒，让自己的生命更加绚丽多彩。

在时间的注视下，有人在努力，有人在消磨；有人迎向进取，有人自甘堕落；有人将年华虚度，有人勤恳奋发……有人满腔热血，毕生充实；也有人华发早生，无为而终。时间有一颗明事理，辩黑白的心，它有一双雪亮的眼睛。时间喜欢有志气，敢和它竞争的人；痛恨任人摆布，随波逐流，抱着今朝有酒今朝醉的心态，不思进取的懦夫！闲散而过，终日重复碌碌的衰败，不仅是对自己的不负责任，也辜负了所有寄予期望的人！亵渎了时间，负了它的债，就将受到它的严惩！“劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时。”愿青春江河滚滚奔向大海，百花年年开不败！

经历了沧海桑田的旷世巨变，我们要扬起未来的风帆，勇敢地迎向挑战，面对考验，无畏风暴，劈风逐浪。开辟一条属于自己的阳光大道，达到海岸边的天堂！机不可失，时不等待。虽然我们欠缺了很多，尽管我们并不完美。但我们风华

正茂，朝气蓬勃，我们满怀信心！我们会竭尽全力去开拓，填补缺陷！即使失意，也坦然。年轻的一代，有愁畅，懂得缅怀，但不等于是悲观妥协，一蹶不起！朋友们，列宁曾说：“赢得了时间，就赢得了一切！”让我们都长一双透视眼，在无形中捕捉时间，同它斗争！我们把握每个时刻，将它紧紧抓牢，共创辉煌！

## 珍惜时间的演讲篇四

昨天带着回忆默默地逝去了，今天携着希望悄悄地来临了，而明天又闪烁着光辉等待着人们。有人沉浸在回忆中，他们依恋昨天；有人沉醉在梦幻中，他们期盼着明天，这两种人，都忘记了最应当珍视的是宝贵的今天。

莎士比亚说过：“抛弃时间的人，时间也会抛弃他”。我说：“抛弃今天的人，今天也会抛弃他。而被今天抛弃的人，他也就没有了明天”。

抓住了今天，就是抓住了掌握知识的今天；抓住了今天，就是抓住了发明创造的可能。聪明、勤奋、有志的人，深深懂得时间就是生命，甚至比生命还珍贵。他们决不把今天宝贵的时光虚掷给明天。伟大的发明家爱迪生向来就珍惜时间，利用在车上卖报的闲暇做实验，渴了，喝口凉水；饿了，啃块面包；困了，趴在桌上打个盹。牛顿、居里夫人、爱因斯坦……一切有志气、有成就的人都是如此，他们决不沉湎在昨天，更不空空地观望明天，他们永远从今天开始。

虚掷光阴，在折损着生命的光；及时努力，在开辟思想的路。朋友，不要沉湎昨天，不要观望明天，一切从今天开始吧！今天才是奋斗的起点啊！

## 珍惜时间的演讲篇五

时间是什么时间是墙壁上的滴答声时间是潮起潮落的澎湃声

不不全是时间也是双亲的银白发缕。那又何谓缝隙呢也许你会说是壁崖上的裂痕可我以为缝隙是一个被忽视的“世外桃源”。

起初我的世界被一种名为“惰性”的东西所覆盖。做任何事都是拖拖拉拉的以前每每读到鲁迅先生所说的名言是就会不屑的说是无稽之谈。可是现在不一样了“时间就像海绵里的水只要愿意挤总会有的。”像是恍然大悟开始去探索时间的缝隙。

带着疑惑踏上征途。在旅途中遇到了善良纯真的同学们学识渊博的老师。在老师们的指引下和同学们一起重新领悟“我只是把别人喝咖啡的时间用来写作了。”按部就班的学着挤时间。终于在不断的尝试和挖掘中开始变得灵活起来。也明白了一个道理“世界上被没有路的走的人多了变成了路。”所谓缝隙不过是在不断地探索下寻得突破难题的关键罢了。对时间而言它的缝隙便是“行动”。有的时候你我们为了不浪费时间制定了各种计划可是最后还是被自己的“惰性”打败了。光说不练那是嘴上功夫。关键是要付出实际行动。不要总是把自己的时间安排得满满的还是要留些空余时间方便时间的调整或者适当的休息。

还有一个关键要学会如何取舍。在安排自己的时间的时候要注意取舍放弃一些次要的东西把时间和精力放在学习上当然适当的休息还是必要的。

对于时间缝隙后的“世外桃源”便要看你决定了。

们充满挑战的时代难道我们会畏惧吗不不会我们是21世纪的骄阳我们会以微笑来面对一切挑战。在生活中我们严于律己争做优雅学子在学习上我们积极进取争做三好少年。这便是我们的梦想。然而在这美好的青春中我们必须担任更多的责任。寒窗苦读感恩老师回报父母尊敬他人等等都是我们的责任。我们要把责任融入青春融入生活融入日常行为无论何时

何地都要牢记我们应有的责任。

青春是我们一生中最美丽的季节她孕育着早春的生机展现着盛夏的炽热暗藏着金秋的硕果昭示着寒冬的希望充满诗意而不缺乏拼搏的激情时尚浪漫而又饱含着奋斗的艰辛。当一个人的青春融汇到一个时代、一份责任中这样的青春就不会远去而这份责任也必将在岁月的历练中折射出耀眼的光芒。

使我们刻骨铭心。

我的演讲结束谢谢大家！

## 珍惜时间的演讲篇六

大家好！

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”，时间比金子还宝贵！作为学生，更应该好好珍惜时间，勤奋学习。

我在学习的时候，总是做不到专心致志。有时候写一会儿，我就坐不住了，总是找借口起来溜达，“渴了”、“饿了”、“累了”、“找个东西”……都是我常用的借口。

是啊，时间来也匆匆，去也匆匆，让我们都珍惜时间吧！让这个匆匆的过客——时间，永远掌握在你我的手中。

## 珍惜时间的演讲篇七

大家好！

今天我给大家演讲的题目是：珍惜时间。

鲁迅曾经说过，珍惜时间也就是使一个人的有限的生命，更加有效，而也就等于延长人的生命。作为学生，我们必须记

住学习的时间是有限的，我们应该力求把我们所有的时间用去做最有益的事情。

我们为什么会坐在这个教室里，我想我们大家都知道，因为我们落榜了，在高考成绩公布的那天，我们的心受伤了，我们的自尊心受到了打击，在别人都在忙着填自愿、走亲戚、互相请客吃饭的时候，我们由于不甘心而选择坐在这里。

所以我希望我们今天在坐的各位，当我们在上课期间把手机拿出来发短信，上网聊qq的时候；当我们打电话和小大姐（小大哥）嘻嘻哈哈、谈情说爱的时候；当我们上课时手托着下巴，假装在听课，而其实是在和周公聊天的时候；当我们走上黑板默写、站起来背书，一个字也写不出来，一个字也说不出的时候；当我们早上赖在床上想多睡5分钟，睡完5分钟还想在睡5分钟的时候；当我们把假日作业留到回校那天下午再做的时候，都能够仔细的想一想，我们为什么会坐在这个教室里。

人生只有三天，昨天、今天和明天，昨天已经过去，永不复返，今天已经到来，但稍纵即逝，明天就要来临，但也会成为过去，朋友们，抓紧时间吧！

谢谢大家，我的演讲到此结束。

## 珍惜时间的演讲篇八

大家早上好！我是来自××班的`××，今天非常荣幸站在国旗下讲话，我国旗下讲话稿的主题是珍惜时间，不再等待。

当今社会，网络使我们熟知的东西，在网络上，春节流行过这样一句话，就是“让生命去等待”。这是来自一首流行歌曲的歌词，却被很多的年轻朋友去流传，有的放在qq签名上，有的放在空间里，自认为这句话很有哲理，很有个性。

“让生命去等待”，为什么要去等待呢？是守株待兔，还是孤注一掷？很显然，这是一句很无厘头的话，它的存在没有任何的意义，更谈不上哲理，也谈不上个性。当然，你能选择把它当成个性来玩玩而已，千万别信以为真，当做人生的心跳。因为它只是一个莫名其妙的词语的组合，尽管人们能用丰富的想象力去填补它，但它的中心意义无非落在等待二字上。

所以，现在我想问：我们有什么理由去等待？有什么理由去等待呢？尤其是对于在当今信息大爆炸时代成长起来的青少年们，当今的社会，竞争如此的激烈，每一分钟都是非常难能可贵的，等待了一分钟就意味着失去了一分钟，失去一分钟就意味着要失去很多东西，比如知识，财富，机会等等一切的东西。失去以后，当你回首要再去追回，那就成为了不可能了，因为时间一去不复返。

记得以前看过这样一句话：“有智吃智，无智吃力，无力无智，饿得笔直。”这句话很幽默，却说出了智慧对人生的重要，因为，在社会的任何一个地方，任何一个时代，都没有任何先天的和后天的才能，能无需任何努力而得到。因为生活永远是一架保持平衡的天平，一边是付出一边是收获，有了付出才会有收获，没有付出，肯定就不会有收获！

“业精于勤而荒于嬉”，这是我始终信奉的一句格言，也是大家都熟知的一句格言，相比前面的那句“让生命去等待”这句话来说，它是多么的有力啊。要想取得理想的成绩，勤奋是诸多因素中至关重要的。对大多数同学而言，一时的勤奋不难做到，但是难于持久。不如试试“常立志”，我通常只为自己制定一个小目标，经过努力，珍惜时间，目标很快就能实现。

同学们，切莫等待，因为等待会让你失去斗志，让你失去能力，甚至让你失去机遇。我们不如将等待的时间，用在奋斗上，用在努力上，我相信，我们一定能得到更好的结果。珍

惜时间，别让生命去等待吧，正像天下没有免费的午餐一样，生活是要靠我们的双手去创造，同学们，让我们一起热爱生命，珍惜时间演讲稿，让我们一起去努力，去拼搏，切莫再等待，我的国旗下讲话稿完毕，谢谢大家！

## 珍惜时间的演讲篇九

大家好！

但在现实生活中，浪费时刻表随处可见，比如：上课时，不认真听讲，让老师总管纪律，导致老师不能完成当天的教学资料，既浪费了自己的时刻，也浪费了老师和同学的时刻；中午在家，一边写作业还边看电视，玩些游戏，干一些不就应干的事；有的同学迷恋电脑游戏，适当玩电脑游戏有益于我们的智力，但迷恋电脑却会虚耗了超多宝贵的时刻……也许大家都认为这些是小事情，但是时刻就在这一点一滴中浪费了。

这天，我想告诉大家一个真实的故事。鲁迅大家都知道，但你们知道鲁迅成功的秘诀吗？鲁迅成功的秘诀就是珍惜时刻。鲁迅十二岁在绍兴城读私塾的时候，父亲正患着重病，两个弟弟年纪尚幼，鲁迅不仅仅经常上当铺，跑药店，还得帮忙母亲做家务；为了不影响学业，他务必作好精确的时刻安排。此后，鲁迅几乎每一天都在挤时刻。他说过：“时刻，就像海绵里的水，只要你挤，总是有的。”鲁迅兴趣十分广泛，因此时刻对他来说，实在十分重要，他每一天都要工作到深夜才肯罢休。在鲁迅的眼中，时刻就如同生命。他曾说：“美国人说，时刻就是金钱。但我想：时刻就是生命。”因此，鲁迅最厌恶那些“成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短”的人。鲁迅正因珍惜时刻而取得了成功，成为一代大文豪！

可见，珍惜时刻多么重要。同学们，光阴似箭，日月如梭啊！我真切地期望我们每个人都珍惜时刻，成为时刻的主人，当我们长大后收获的不是“少壮不发奋，老大徒伤悲”的遗憾！

而是我成为祖国栋梁之材的骄傲与自豪!

谢谢大家!